فکر دباؤ اور بے چینی



متی ۶

۲۵ ” اِس لیے میں تم سے کہتا ہوں کہ اپنی جان کی فکر نہ کرنا کہ ہم کیا
کھائینگے یا کیا پیئنگے ؟ اور نہ اپنے بدن کی کیا پہینگے ؟ کیا جان خوراک
سے اور بدن پوشاک سے بڑھ کر نہیں؟“
۲۶ ” ہوا کے پرندوں کو دیکھو کہ نہ بوتے ہیں نہ کاٹتے ، نہ کوٹھیوں میں
جمع کرتے ہیں تو بھی تمہارا آسمانی باپ اُنکو کھلاتا ہے کیا تم اُن سے
زیادہ قدر نہیں رکھتے؟
۲۷ ” تم میں ایسا کون ہے جو فکر کرکے اپنی عمر میں ایک گھڑی بھی
بڑھا سکے؟

متی ۶

۲۸ ’’ اور پوشاک کے لیے کیوں فکر کرتے ہو ؟ جنگلی سوسن کے
درختوں کو غور سے دیکھو کہ وہ کِس طرح بڑھتے ہیں ۔وہ نہ محنت
کرتے نہ کاتتے ہیں ۔ ‘‘
۲۹ ’’ تو بھی میں تم سے کہتا ہوں کہ سلیمان بھی باوجود اپنی ساری
شانوشوکت کے اُن میں سے کسی کی مانند مُلبس نہ تھا۔
۳۰ ’’ پس جب خُدا میدان کی گھاس کو جو آج ہے اور کل تنور میں
جُھونکی جائیگی ایسی پوشاک پہناتا ہے تو اے کم اعتقادو تم کو کیوں نہ
پہنائیگا؟

متی ۶

۳۱ ’’ اِس لیے فکر مند ہو کر یہ نہ کہو کہ ہم کیا کھائینگے یا کیا پئینگے یا
کیا پہنیگے ؟
۳۲ ’’ کیونکہ اِن سب چیزوں کی تلاش میں غیر قومیں رہتی ہیں اور تمہارا
آسمانی باپ جانتا ہے کہ تم ان سب چیزوں کے محتاج ہو۔‘‘
۳۵ ’’ بلکہ تم پہلے اُس کی بادشاہی اور اُس کی راستبازی کی تلاش کرو تو یہ
سب چیزیں بھی تم کو مِل جائینگی ۔
۳۴ ’’ پس کل کے لیے فکر نہ کرو کیونکہ کل کا دن اپنے لیے آپ فکر کریگا
آج کے لیے آج ہی کا دن کافی ہے۔‘‘

فکر اور بے چینی

فکر بے چینی اور دباؤ جذبات یا جسمانی خطرات کے لیے ہمارا ردعمل ہوتا ہے ۔چاہیے یہ حقیقی ہو یا تصوراتی

۱۔ کیا ہو گا اگر مجھے کسی نے اغواہ کر لیا؟ کیا ہو گا اگر میری بیوی مجھے چھوڑ گئی؟ میں اِس مہینے کے بلز کیسے ادا کروں گا ؟

کیا اور زیادہ دہشتگردوں کے حملے ہونگے ملک کی سیاسی صورتحال کیا ہے؟ کیا ہو گا اگر میری نوکری چلی گئی؟ کیا ہو گا اگر دنیا میں پریشانی بڑھتی گئی۔ کیا ہو گا کہ اگر ہم نے سارا تیل استعمال کر لیا۔ کیا میرا کولسٹرول بہت زیادہ ہو چکا ہے ؟ کیا ہو گا اگر میں اپنے امتحانات میں فیل ہو گیا؟ کیا ہو گا اگر میری شادی نہ ہوئی ۔

۔ اِس بات کے لیے پریشان ہونا جو ابھی ہوئی یا ابھی نہیں ہوئی ایڈوانس میں اپنے آپ کو مصیبت میں ڈالنے کی بات ہے اُس بات کے لیے جو ہو سکتا ہے کبھی نہ ہو ۔

http://christianlives.org/sermons/ANXIETY86.doc

دباؤ
کے
اثرات



آپ دب جاتے ہیں

امثال ۱۲:۲۵ ’’ آدمی کا دل فکرمندی سے دب جاتا ہے لیکن اچھی بات سے خوش ہوتا ہے۔‘‘

آرتھر سومرروچی نے کہا ، ’’ فکر ایک ہلکی سی خوف کی ندی کی طرح آپ کے ذہن میں آتی ہے اگر تھوڑی دلیری کی جائے تو یہ اُس راستے کو بند کر دیتی ہے جس میں دوسرے بُرے خیالات آتے ہیں۔



آپ دب جاتے ہیں

جارج میکڈونلڈ نے کہا ’’ یہ آج کی فکریں نہیں جو آپ کو دباتی ہیں بلکہ وہ فکریں ہیں جو کل کی ہیں۔ ’’ فکر کبھی بھی کل کے وقت کو نہیں کھا تیں بلکہ آج کی خوشی کو کھا جاتی ہیں۔‘‘ (لیوبسکیگلیاں)

’’ فکر اکثر ایک چھوٹی چیز کا بڑا سایہ ہوتی ہے۔‘‘ سویڈش مِثل

’’ کام انسان کو نہیں مارتا بلکہ فکریں مارتی ہیں۔‘‘

آپ دب جاتے ہیں

فکر اور دباؤ ہمیں ذہینی ،جذباتی اور جسمانی طور پر متاثر کرتی ہیں دباؤ کی علامات جن میں تھک جانا ، ٹھنڈے پسینے آنا ، سر درد کرنا ، کندھے تناؤ میں آنا ، میدے کی تزابیت کا بڑھ جانا (سینے کی جلن) السر، یورک ایسڈ کا زیادہ ہونا، کانپنے لگنا ، توجہ کا کم ہونا ، جذباتی ہو جانا ، دوسروں سے زیادہ کام لینے کا رویہ بڑھ جانا یہ دباؤ کی علامات ہیں۔
زیادہ تر علامات جن میں چیزوں میں امتیاز کی کمی ، موڈی بن جانا ، آرام نہ کرنا ، تنہائی کے احساسات ، علحیدگی یا دباؤ ۔ دردیں اور تکلیفیں، پیچش لگ جانا یا قبض ، جی متلانا ، چکر آنا ، دل کی رفتار کا تیز ہو جانا ، بہت زیادہ کھانا، بہت زیادہ سونا ، لوگوں کے درمیان نہ جانا ، ذمہداریوں کو نظرانداز کرنا، زیادہ شراب پینا ، تمباکو نوشی اور نشہ لینا، کُچھ ایسی عادتوں کا بڑھ جانا جیسے ناخن نوچنا اور گردن میں درد کا ہونا۔

ذریعہ وِکی پیڈیا ۔ دباؤ (حیاتیات)

فکر آپ کو نابالغ رکھتی ہے

فکر نہ صرف ہماری ذہنی ، جذباتی اور
جسمانی حالت پر اثر انداز ہوتی ہے بلکہ یہ
ہمیں روحانی طور پر بھی متاثر کرتی ہے -
کیونکہ فکر ہمارا بہت سارا وقت کھا جاتی ہے
اور دبا دیتی ہے - یہ ہمیں ایک بالغ مسیحی
ہونے سے روکتی ہے ۔ہم روحانی طور پہ
احمق رہتے ہیں -
۔لوقا ۸: ۱۴ ’’ اور جو جھاڑیوں میں پڑا اس
سے وہ لوگ مراد ہیں جہنوں نے سُنا لیکن
ہوتے ہوتے اِس زندگی کی فکروں اور دولت
اور عیشوعشرت میں پھنس جاتے ہیں اور اُنکا
پھل پکتا نہیں۔‘‘



فکرخُدا کے ساتھ ہمارے چلنے کو برگشتہ کرتی ہے۔

- لوقا ۱۰: ۳۹-۴۲ ’’ اور مریم نام اُس کی ایک بہن تھی ۔ وہ یسوع کے پاوؤ کے پاس بیٹھ کر اُس کا کلام سُن رہی تھی ۔ لیکن مرتھا خدمت کرتے کرتے گھبرا گئی ۔ پس اُس کے پاس آکر کہنے لگی اے خُداوند کیا مجھے خیال نہیں کہ میری بہن نے خدمت کرنے کو مجھے اکیلا چھوڑ دیا ہے پس ایسے فرما کہ میری مدد کرے۔ خُداوند نے جواب میں اُس سے کہا مرتھا مرتھا تو تو بہت سی چیزوں کی فکروتردد میں ہے۔ لیکن ایک چیز ضرور ہے اور مریم نے وہ اچھا حصہ چُن لیا جو اُس سے چھینا نہ جائے گا ۔‘‘

آپ کو بے خبر بنا دیتی ہیں

لوقا ۲۱:۳۴
’’ پس خبردار رہو۔ ایسا نہ ہو کہ تمہارے دِل خمار اور نشہ بازی اور اِس زندگی کی فکروں سے سُست ہو جائیں اور وہ دِن تُم پر پھندے کی طرح ناگہاں آ پڑے۔‘‘
اگر ہم یسوع کی آمد کے لیے تیار ہونا چاہتے ہیں تو ہمیں بتایا گیا ہے کہ زندگی کی فکروں سے آزاد ہو۔
صحفہ نمبر ۱۳



دباؤ کی وجہ



فکر اور بے چینی

یسوع فکر کے بارے میں تین روئتی چیزوں کی تین مثالیں دیتا ہے۔
۔ خوراک (بنیادی ضروریات)
۔ کپڑے (فیشن)
۔ زندگی کی فکر (صحت) جان میک آرتھر لکِھتا ہے ، ’’ ہمارا خُداوند پہچانتا ہے کہ انسان اپنی خواہش میں اپنی زندگی بیرونی چیزوں کی فکر یعنین اُس کی خوراک ، اُس کا گھر ، اُس کے کپڑے وغیرہ میں گزار دیتا ہے۔‘‘
مادیت پر قبضہ کرتامالی فکر پر قابو پاتا۔ حصہ اول جان میک آرتھر (سائیٹ لکھنی ہے (

Overcoming Materialism - Overcoming Financial Worry - Part 1 by John McArthur (http://www.biblebb.com/files/mac/sg2248.htm

بنیادی ضروریات

تی ۶:۲۵ ’’ اِس لیے میں تم سے کہتا ہوں کہ اپنی جان کی
کر نہ کرنا کہ ہم کیا کھائے گئے یا کیا پیئے گئے؟ اور نہ اپنے
دن کی کہ کیا پیئے گئے ؟ کیا جان خوراک سے اور بدن
وشاک سے بڑھ کر نہیں ؟ ‘‘

ہم سوچتے ہیں کہ ضرورتوں کے لیے فکر کرنا ٹھیک ہے
ور ہمیں لالچ نہیں کرنا ۔لیکن یسوع ہمیں سکھاتا ہے کہ یہ بات
ھی ہمارے ایمان کی کمی کی طرف اشارہ کرتی ہے ہمیں ہمارا
سمانی باپ مہیا کرے گا۔

زبور ۳۷:۲۵۔۲۶ ’’ کیونکہ خُداوند اُسے اپنے ہاتھ سے
سنبھالتا ہے میں جوان تھا اور اب بوڑھا ہوں تو بھی میں نے
صادق کو بیکس اور اُس کی اُولاد کو ٹکڑے مانگتے نہیں
یکھا۔ وہ دن بھر رحم کرتا ہے اور قرض دیتا ہے اور اُس کی
ولاد کو برکت ملتی ہے۔‘‘



مادہ پرستی

بلاشبہ ہمارے مغربی معاشرے میں بُہت سارے لوگوں کو اُن کی بنیادی ضروریات نے دبا دیا ہے۔ بلکہ وہ اپنی ملکیتوں سے جُڑے ہوئے ہیں اور مادہ پرستی کی راہ کی پیروی کرتے ہیں ۔ تب وہ اِس بات کی فکر کرتے ہیں کہ کیسے اپنے قرضے ادا کرنے ہیں اور کیسے اپنی جائیداد کو ، اپنے کاروبار میں پیسہ لگانے کو اور مِلکیتوں کو کیسے بچاتے ہیں ۔

۔ بُہت سارے لوگ اِسی کوشش میں کہ وہ دوسرے لوگوں سے جو کہ پہلے ہی قرضے میں جا چُکے ہیں بچنے کے لیے دور رہتے لیکن پھر بھی قرضے کی زد میں آ جاتے ہیں ۔

ہماری بُہت ساری فکریں مادہ پرستی سے جنم لیتی ہیں ؟ کُچھ لوگوں کے پاس وہ سب کُچھ ہے جن کی اُتھیں ضرورت ہے اور پھر بھی وہ اپنے مُستقبل کے بارے میں فکر میں لگے رہتے ہیں ۔ پس اِسی خوف میں وہ اپنے مُستقبل کے خلاف باڑ لگاتے ہیں اور خُدا سے دور منزل پانے میں لگاتار کوشش کرتے ہیں ۔

۔ واعظ ۵:۱۲ ’’ محنتی کی نیند میٹھی ہے خواہ وہ تھوڑا کھائے خواہ بُہت لیکن دولت کی فراوانی دولتمند کو سونے نہیں دیتی۔‘‘

۱۔ فیشن

متی ۶: ۲۸ ’’ اور پوشاک کے لیے کیوں فکر کرتے ہو؟‘‘
۔ کُچھ غریب معاشروں میں لوگ جوتوں یا کپڑو کی فکر کرتے ہیں ۔
۔ مغربی معاشرے میں جہاں لوگوں کے پاس بُہت کپڑے ہیں وہاں لوگ اِس بات کی فکر میں ہیں کہ کیا کپڑوں کا یہ فیشن یا رواج آج کل ہے لوگوں کا کپڑوں کے بارے میں دنیاوی یا مادی خیال ہے۔



۲۔ فیشن

ہم خُدا فیشن کے لیے بنائے گئے ہیں
۔ہم عموماً اُن چیزوں کے لیے پیسے
خرچ کرتے ہیں اور ایسے کپڑے
خریدتے ہیں جن کی ہمیں ضرورت
نہیں ہوتی بُہت دفعہ ہم جو کُچھ
خریدتے ہیں اُسے رنگ کے پھیکا
ہونے سے پہلے صرف ایک یا دو
دفعہ پہنتے ہیں ۔
ہم بُہت سارا وقت محض رواجوں پر
خرچ کرتے ہیں اور پھر فیشن ہر
لمحے تبدیل ہوتا رہتا ہے تو یہ
محض ہمارے تکبیر اور لالچ کو
ظاہر کرتا ہے اور اِس طرح سے
مادیت پرستی کا پہیا گھومتا رہتا ہے۔



۲۔فیشن

ہم اچھے لگنا چاہتے ہیں کیونکہ ہم اِس بات کے لیے پریشان رہتے ہیں کہ لوگ ہمارے بارے میں کیا سوچتے ہیں ۔ ہمارے بُہت سارے خوف آدمیوں کے خوف کی وجہ سے ہو سکتے ہیں۔
انسان کا ڈر پھندا ہے ۔(امثال ۲۹:۲۵)
خُداوند میری زندگی کا پشتہ ہے مجھے کس کی ہیبت (زبور ۲۷ : ۱)
میرا توکل خُدا پر ہے میں ڈرنے کا نہیں بشر میرا کیا کر سکتا ہے۔ (زبور ۵۶ : ۴)
لوگ آپ کے بارے میں فکر مند نہیں ہوتے آپ دوسروں کے لیے سوچنا چھوڑ دیں وہ وہی سوچتے ہیں جو وہ محسوس کرتے ہیں وہ آپکے بارے میں نہیں سوچ رہیں وہ آپکو ایسے ہی لگے گئے جیسا آپ اُن کے بارے میں سوچ رہے ہیں۔

صحت اور طویل عمری

لوگوں کی شدید خواہش ہے کہ وہ لمبے عرصے تک زندہ رہیں۔ اِس لیے وہ وٹامن کھاتے خاص خوراک لیتے، جم جاتے اور صحت کے اُصولوں کی پیروی کرتے ہیں ،

آپ لمبی عمر کے لیے خُود کو پریشان نہیں کر سکتے ۔

متی ۶ : ۲۷ ’’ تم میں کون ہے جو فکر کرکے اپنی زندگی کا ایک بھی دن بڑھا سکے۔

نہ صرف آپ فکر کرکے اپنی زندگی کے دن کو بڑھاسکتے ہیں بلکہ آپ یقیناً اِس کو کم کر لیں گئے ۔ بُہت ساری بیماریاں اور قبلازوقت پیدا ہونے والوں کی اموات کا تعلق دباؤ یا فکر کے ساتھ ہی ہے ۔



کیوں فکر کریں؟





فکر بے کار ہے

جان ڈرایڈن نے کہا، انسان اپنی خوشیوں
کو بڑے محتاط طریقے سے لے سکتا ہے۔
لیکن اُس کو اپنی سوچوں کرے ساتھ ہی
برباد بھی کرسکتا ہے۔ فکر کے لیئے جو
صُود ہمیں ادا کرنا پڑتا ہے وہ مُصیبت
ہے۔ (ولیم راف انجی)

بہت ساری ایسی چیزوں کے لیئے میں پریشان ہوتا
ہوں جو کبھی واقع نہیں ہوتی۔

فکر بے کار ہے

وہ مسائل یا خطرات جو ہمیں دباؤ کی حالت تک لے جاتے ہیں وہ حقیقی بھی ہو سکتے ہیں اور تصوراتی بھی لیکن اُن کا اثر ایک جیسا ہے۔

’’ اِس تکلیف کے لیے ہمیں کتنی بھی قیمت ادا کرنا پڑے ہمارے ساتھ کُچھ بھی کبھی بھی بُرا واقعہ نہ ہو ۔ ‘‘ (امریکی صدر تھامسن جیفری سن)

جوش بِل انگیز نے کہا، ’’ بُہت سارے لوگ ایسے ہیں جو ہمیشہ پہلے ہی تکلیف کو لے لیتے ہیں اور اِس طرح سے وہ بُہت سارے ایسے دُکھ اُٹھاتے ہیں جو اُن کی زندگی میں کبھی نہیں آتے۔

فکر مند ہونا ایک ہلنے والی کرسی کی طرح ہے جو آپکو ہلاتی جائے گی لیکن آپ کو کُچھ نہیں دے گی۔

اگر ہم کل کی فکر کرتے ہیں تو ہمارا آج اور ہمارے خوف ہمارے زندگی میں دو دفعہ آتے ہیں اور اگر یہ کل بھی نہیں آتے تو پھر ہم غیر ضروری باتوں کے بارے میں فکر مند ہیں۔

http://christianlives.org/sermons/ANXIETY86.doc

فکر کرنا بیکار ہے

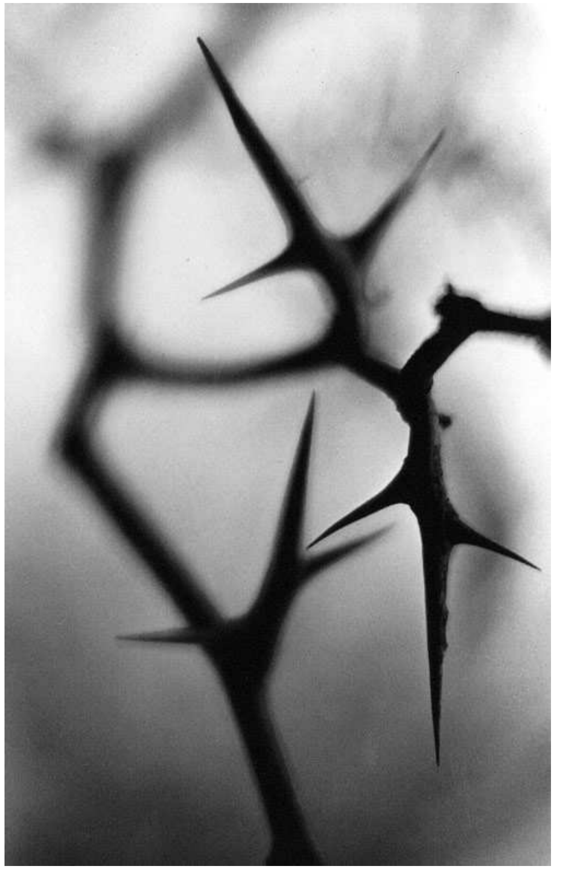
یسوع نے اِس بات کے لیے کہا کہ فکر کرنا بیکار ہے
اور یہ ہمارے مسائل کے حل کو کرنے کے لیے کُچھ
بھی نہیں کرے گا۔
’’ تُم میں کون ہے جو فکر کرکے اپنی زندگی کا ایک
دن بھی بڑھا سکے۔‘‘ (متی ۶: ۲۷)



’’ فکر کرنا آج کے دن کو ضائع
کرنا ہے اور آنے والے کل کے
موقعے کو گزرے ہوئے کل کی
تکلیفوں کے ساتھ ملاتا ہے ۔‘‘
(ولیم وارڈ)

فکر آپ کو بے پھل کر دیتی ہے

یسوع نے کہا '' اور جو جھاڑیوں میں بویا گیا یہ وہ ہے جو کلام کو سُنتا ہے اور دنیا کی فکر اور دولت کا فریب اُس کلام کو دبا دیتا ہے اور وہ بے پھل رہ جاتا ہے۔'' (متی ۱۳ : ۲۲)
اِس تمثیل میں یہ بیج ایک ایسے بیج کو پیش کرتا ہے جو کبھی پیدا نہیں ہوتا۔ اِس پر کبھی بھی روحانی بہار نہیں آتی اور نہ ہی کبھی یہ کاٹا جاتا ہے۔ جیسے کہ اچھا بیج ۔



اگر آپ روحانی طور پہ بنجر نہیں ہونا چاہتے تو فکر کرنا اور پریشان ہونا چھوڑ دیں۔

فکر کرنا منفی ایمان کو پیش کرتا ہے

فکر اور خوف ایک ایسے ایمان کا مظاہرہ کرتا ہے جِس میں چیزیں کام نہیں کرتیں۔
'' فکر منفی رویے کا ایمان ہے جو بھروسے کو ناخوشگوار بناتا ہے تباہی کی گرنٹی لاتا ہے اور اِس میں ایمان شکست کھاتا ہے۔ ---'' (ولیم وارڈ)
خوف ایمان کی کمی پر ایک اور حملہ ہے ۔
یسوع نے اپنے شاگردوں سے سمندر میں طوفان کے دوران کہا '' اے کم اعتقادو تم کیوں ڈرتے ہو؟ '' (متی ۸ : ۲۶) کپڑوں کے بارے میں فکر کرنے کے سیاقوسباق میں یسوع فرماتے ہیں کہ '' اگر خُدا اُس میدان کی گھاس کو ایسا لباس دے سکتا ہے تو کیا اے کم اعتقادو تم کو اِس سے اچھا کیوں نہ دے گا۔ کیوں فکر کرتے ہو؟''

دباؤ
سے
نبردآزما
ہونے
کا
بائبلی
طریقہ



بائبل ہی خوف کا حل ہے

یسوع مسیح نے دباؤ اور فکر پر قابو پانے کے تین طریقے سکھائے ہیں یاد رکھیںآپ کا ایک آسمانی باپ ہے اُس پر ایمان رکھیں اور دُعا میں اپنے مسائل اُس کے حوالے کریں ۔ اپنی قدروں کے نظام کو درُست کریں ۔اپنی مادی اشیاء صحت اور بنیادی ضرورتوں میں آسمانی اور دائمی پہلووں کو حاصل کریں ۔ ایک دن میں ایک ہی زندگی بسر کریں اپنے آنے والے مسائل کے لیے پیشگی اپنے آپ کو بوجھ میں نہ ڈالیں۔

۱۔ ایک آسمانی باپ

آپکو اپنے روپے پیسے کے لیے اور زندگی کی بنیادی ضروریات کے لیے (آپ کیا کھائے گئے ، کیا پیئنگے ، کیا پہنے گئے فکرمند ہونے کی ضرورت نہیں ۔ جب آپ یہ محسوس کرتے ہیں کہ آپ کا باپ کون ہے میرے بچے اس بات کی فکر میں نہیں رہتے کہ ہمارا اگلا کھانا کہاں سے آئے گا وہ اِس بات کی فکر نہیں کرتے کہ اُن کے کپڑے یا گھر کہاں سے آئے گا۔ یہ بات اُن کی سوچ کو عبور ہی نہیں کرتی کیونکہ وہ جانتے ہیں کہ اُن کا باپ یہ سب کُچھ مہیا کرے گا۔ پھر بھی اکثر ہم اِس بات پر ایمان لانے میں ناکام ہو جاتے ہیں کہ ہمارا باپ ہمیں یہ دے گا۔

متی ۷ : ۹ ۔ ۱۱ ’’ تُم میں ایسا کونسا آدمی ہے کہ اگر اُس کا بیٹا اُس سے روٹی مانگے تو وہ اُسے پتھر دے؟ یا اگر مچھلی مانگے تو اُسے سانپ دے ؟ پس جبکہ تُم بُرے ہو کر اپنے بچوں کو اچھی چیزیں دینا جانتے ہو تو تمہارا باپ جو آسمان پر ہے اپنے مانگنے والوں کو اچھی چیزیں کیوں نہ دیگا۔‘‘

١۔ ایک آسمانی باپ

متی ۶ : ۲۶   ’’ ہوا کے پرندوں کو دیکھو کہ نہ بوتے ہیں نہ کاٹتے ، نہ کوٹھیوں میں جمع کرتے ہیں تو بھی تمہارا آسمانی باپ اُنکو کھلاتا ہے ۔کیا تم اُن سے زیادہ قدر نہیں رکھتے؟ ‘‘

کیا آپ کا کتا اِس وجہ سے پریشان ہوتا ہے کہ آپ کی ریاست کا معاشی نظام خراب ہے۔

پرندے کبھی اِس بات کے لیے اکٹھے نہیں ہوتے اور نہ ہی کہتے ہیں ۔ ’’ کہ ہم نے زندہ رہنے کے لیے ایک منصوبہ بنایا ہے۔‘‘ لیکن خُدا نے اِن پرندوں کے درمیان ہی اُن حشرات کے مطابق اُن کو الٰہی اہلیت سے تلاش کریں ۔خُدا نے صرف زندگی پیدا نہیں کی بلکہ اِس کو قائم بھی رکھا۔

مادہ پرستی پر قابو پانا ۔ مالی فکروں پر قابو پانا۔ حصہ اول جان میک آرتھر

*McArthur(http://www.bible*bb.com/files/mac/sg2248.htm)



۱۔ ایک آسمانی باپ

یہ سُستی کا بہانہ ہے آپ یہ نہیں کہہ سکتے ، ’’ اچھا ٹھیک ہے مجھے کام کرنے کی ضرورت نہیں کیونکہ خُدا جو میرا باپ ہے وہ مجھے مہیا کرے گا۔‘‘ نہیں ایسا نہیں ہے خُدا پرندوں کو حشرات کے ذریعے کھلاتا ہے اور اُتھیں بتاتا ہے کہ وہ اپنی خوراک کہاں تلاش کریں وہ اِن کو تلاش کرنے اور اِن چھوٹے حشرات اور کیڑوں کو کھانے میں اپنے گھونسلوں کی تیاری کرنے میں اپنے چھوٹے بچوں کو اُڑنا سکھانے میں مصروف ہے ۔
یہ سارا کام وہ کرتے ہیں کیونکہ وہ کھا رہے ہیں۔ پیدائش ۳ : ۱۷ ۔ ۱۹ ’’ اور آدم سے اُس نے کہا چونکہ تو نے اپنی بیوی کی بات مانی اور اُس درخت کا پھل کھایا جسکی بابت میں نے تجھے حکم دیا تھا کہ اُسے نہ کھانا اِس لیے زمین تیرے سبب سے لعنتی ہوئی ۔مشقت کے ساتھ تو اپنی عمر بھر اُسکی پیداوار کھائیگا اور وہ تیرے لئے کانٹے اور اُونٹ کٹارے اُگائیگی اور تو کھیت کی سبزی کھائیگا ۔تو اپنے منہ کے پیسنے کی تروٹی کھائیگا ججب تک کہ زمین میں تو پھر لوٹ نہ جائے اِس لیے کہ تو اُس سے نکالا گیا ہے کیونکہ تو خاک ہے اور خاک میں پھر لوٹ جائیگا۔‘‘
۲۔ تھسلنیکیوں ۳ : ۱۰ ’’ اور جب ہم تمہارے پاس تھے اُس وقت بھی تم کو یہ حکم دیتے تھے کہ جِسے محنت کرنا منظور نہ ہو وہ کھانے بھی نہ پائے۔

۱۔ ایک آسمانی باپ

اگرچہ وہ یہ کام اپنی جبلت کی وجہ سے کرتے ہیں اور کبھی بھی اِس سے بڑھ کر نہیں کرتے وہ یہ نہیں کہتے ’’ کہ میں بُہت بڑے گھونسلے تعمیر کر رہا ہوں میں بُہت زیادہ ریشم کو جمع نہیں کر رہا۔‘‘ وہ خُدا کے بنائے ہوئے منصوبے کے مطابق اپنے لیے کام کرتے ہیں اور کبھی بھی اپنے آپ کو بوجھ میں نہیں ڈالتے۔ پرندے صرف اُس وقت موٹے ہوتے ہیں جب لوگ اُنھیں پنجروں میں ڈالتے ہیں ۔



صرف انسان ہے جو کافی کُچھ اور مسلسل جمع کرتے ہیں ۔ وہ خُدا کی ترجیات اور وعدوں کو نظرانداز کرتے ہیں اور نتیجتاً اُن کا دل غیر محتاط ہو جاتا ہے۔ پرندے اِس بات کی فکر نہیں کرتے کہ اُنھوں نے اپنی خوراک کو کہاں تلاش کرنا ہے وہ صرف اُس وقت تک اُڑتے ہیں جب تک اِس کو پاتے نہیں ہیں اور خُدا اُنھیں مہیا کرتا ہے۔

پرندوں کے پاس فکر مند ہونے کی کوئی وجہ نہیں اگر وہ فکر مند نہیں ہوتے تو آپ کیوں ہوتے ہیں۔

۱۔ ایک آسمانی باپ

ہم اپنے آسمانی باپ کو کیسے خُوش کر سکتے ہیں جب ہمارے اندر فکر ہے؟
دُعا ۔ خُدا کے سامنے اپنی درخواستوں کے ساتھ حاضر ہو۔
ایمان۔ اِس بات پہ اعتقاد رکھو کہ آپ کا باپ اآپکو دے گا ۔
تعریف ۔ ایمان میں پیشگی خُدا کے دیئے ہوئے جواب کی تعریف کیجیے۔
رجوع لانا ۔ ایک تابع فرمان بچے کی طرح خُدا کی مطلق العنانیت کی طرح رُجوع لائیے۔
اِس بات سے توجہ ہٹا کر کہ جواب کیا ملے گا۔

(الف) دُعا

بےچین مت ہو جائیے ۔ دُعا کیجیے۔
’’ کسی بات کی فکر نہ کروبلکہ ہر ایک بات میں تمہاری درخواستیں دُعا اور مِنت کے وسیلہ سے شُکر گزاری کے ساتھ خُدا کے سامنے پیش کی جائیں ۔ تو خُدا کا اطمینان جو سمجھ سے بالکل باہر ہے تمہارے دلوں اور خیالوں کو مسیح یسوع میں محفوظ رکھے گا۔‘‘ (فلپیوں ۴ : ۶ ۔ ۷)

’’ میں خُداوند کا طالب ہوا ۔ اُس نے مجھے جواب دیا اور میری ساری دہشت سے مجھے رہائی بخشی۔‘‘ (زبور ۳۴ : ۴)

’’ کبھی بھی خوف نہ کھائیں ایک ایسے انجانے مُستقبل پر ایمان رکھ کر اگر آپ خُداکو جانتے ہیں تو۔‘‘ (کوری ٹین بُون)



(الف) دعا

یعقوب ۵ : ۱۳ ’’ اگر تم میں کوئی مصیبت زدہ ہو دُعا کرے۔‘‘
اگر آپ حقیقت میں ایمان رکھتے ہیں کہ خُدا انچارج ہے اور وہ آپ سے پیار کرتا ہے اور وہ آپکی ضروریات پوری کرے گا تو پھر آپ ایمان میں مطمین ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ ایمان نہیں رکھتے کہ خُدا آپکی فکر کرے گا پھر آپ اطمینان کے قابل نہیں ہونگے۔ آپ ہمیشہ محسوس کریں گئے کہ آپ خود ہی اپنی جسمانی ، جذباتی اور یہاں تک کہ روحانی ضرورتوں کی بھی خود ہی حفاظت کریں گئے۔
۱۔پطرس ۵ : ۷ ’’ اور اپنی ساری فکر اُسی پر ڈال دو کیونکہ اُسکو تمہاری فکر ہے۔ ‘‘
زبور ۵۵ : ۲۲ ’’ اپنا بوجھ خُداوند پر ڈال دے وہ تُجھے سنبھالے گا ۔ وہ صادق کو کبھی جُنبش نہ کھانے دے گا۔ ‘‘ خُدا کی بادشاہت کو تلاش کرنا (ڈیوڈ بی کرٹس)

[1] Seeking God's Kingdom by David B. Curtis (http://www.bereanbiblechurch.org)

ایمان (ب)

’’ اپنے ایمان کو تقویت دیجیے اور اپنے شکوک کو موت کے گھاٹ اُتاریے۔‘‘ فکر مندی ایک ایسی سڑک ہے جو کسی مقام سے شروع تو ہوتی ہے لیکن اِس کی کوئی منزل نہیں کبھی بھی اپنی زندگی میں اِس کو راہنمائی نہ کرنے دیجیے۔ مستقبل کی فکر حال کے وقت کا ضیاع کرنا ہے ۔

مبشر بلی سنڈے نے کہا ’’ خوف نے میرے دروازے پر دستک دی ایمان نے جواب دیا اور دروازے پر کوئی نہیں تھا۔‘‘

کل کے لیے خوفزدہ نہ ہو خُدا پہلے ہی وہاں موجود ہے۔

[1] http://junialeigh.wordpress.com

(خوف چاہتا ہے کہ آپ اُس جگہ سے بھاگ جائیں جہاں کُچھ بھی نہیں ہے۔)

(ج) تعریف

حبقوق ۳ : ۱۷ ۔ ۱۹ ’’ اگرچہ انجیر کا درخت نہ پُھولے اور تاک میں پھل نہ لگے اور
زیتون کا حاصل ضائع ہو جائے اور کھیتوں میں کُچھ پیداوار نہ ہو اور بھیڑخانہ سے
بھیڑیں جاتی رہیں اور طویلوں میں مویشی نہ ہو ہوں تو بھی میں خُداوند سے خُوش رہونگا
اور اپنے نجات بخش خُدا سے خوش وقت ہوں گا ۔خُداوند خُدا میری توانائی ہے وہ میرے
پاؤں ہرنی کے سے بنا دیتا ہے اور مجھے میری اُونچی جگہوں میں چلاتا ہے ۔ ‘‘
دوسرے لفظوں میں اگر فصلیں نہ اُگیں اور معاشی حالت گِر جائے یا اُس کو زوال آئے تو
فکر مند نہیں ہونا۔خُداوند کی تعریف کرنی ہے تو وہ تمہیں اِس قابل بنائے گا کہ تم اُونچے
مقاموں میں رہو۔‘‘

(د) رُجوع لانا



جب آگ کی بھٹّی کی سزا دانیل کے تینوں دوستوں کو نبوکد نظر کے اعلان پر ہو چکی تو خُداوند کی قوت اُن کے لیے ابھی پہنچی نہیں تھی لیکن اُن کا مقصد خُدا کی مطلقالعنانیت کو ماننا تھا۔

دانیل ۳ : ۱۶ ۔ ۱۸ سدرک اور میسک اور عبدنجو نے بادشاہ سے عرض کی کہ اے نبوکد نظر اِس امر میں ہم تجھے جواب دینا ضروری نہیں سمجھتے ۔ دیکھ ہمارا خُداوند جسکی ہم عبادت کرتے ہیں ہم کو آگ کی جلتی بھٹّی سے چھڑانے کی قُدرت رکھتا ہے اور اے بادشاہ وہی ہم کو تیرے ہاتھ سے چھڑائیگا اور نہیں تو اے بادشاہ تجھے معلوم ہو کہ ہم تیرے معبودوں کی عبادت نہیں کرے گئے اور اُس سونے کی مورت کو جو تو نے نصب کی ہے سجدہ نہیں کرے گئے۔‘‘

خُدا کی قدر کا نظام

یسوع مسیح سکھاتے ہیں کہ خُدا نہیں چاہتا کہ اُس کے بچے زمین پر موجود چیزوں پر پہلے سے قابض ہو ۔
متی ۶ : ۳۲۔۳۳ ’’ کیونکہ اِن سب چیزوں کی تلاش میں غیر قومیں رہتی ہیں اور تمہارا آسمانی باپ جانتا ہے کہ تُم اِن سب چیزوں کے متحاج ہو ۔ بلکہ تم پہلے اُس کی بادشاہی اور اُس کی راستبازی کی تلاش کرو تو یہ سب چیزیں بھی تمکو مِل جائے گی۔‘‘
ہمیں فکروں کی پیروی نہیں کرنی چاہیے بلکہ خُدا کی مرضی اور اُس کی راستبازی کی ۔
بائبل ہمیں بتاتی ہے کہ ہم دُنیا سے جُڑے ہوئے لوگ نہیں ہیں بلکہ خُدا کی بادشاہی کے شہری ہیں۔
فلپیوں ۳ : ۱۹۔۲۰ ’’ اُنکا انجام ہلاکت ہے اُنکا خُدا پیٹ ہے وہ اپنی شرم کی باتوں پر فخر کرتے ہیں اور دُنیا کی چیزوں کے خیال میں رہتے ہیں مگر ہمارا وطن آسمان پر ہے اور ہم ایک مُنجی یعنی خُداوند یسوع مسیح کے وہاں سے آنے کے انتظار میں ہیں۔‘‘
عبرانیوں ۱۳ : ۱۴ ’’ کیونکہ یہاں ہمارا کوئی قائم رہنے والا شہر نہیں بلکہ ہم آنے والے شہر کی تلاش میں ہیں۔‘‘

خُدا کی قدر کا نظام

ہمیں یہ سمجھنے کی ضرورت ہے کہ جانوروں کی نسبت انسان خُدا کی شبیہ پر بنایا گیا ہے (جو کہ نظریہ ارتقاء کے متضاد ہے۔

پیدائش ۱ : ۲۷ ’’ خُدا کی صورت پر اُس کو پیدا کیا ۔ نرو ناری اُنکو پیدا کیا۔‘‘

خُدا جانوروں کی بھی فکر کرتا ہے ۔لیکن انسان اُس کی تخلیق کا تاج ہے اور اُس کا بُہت زیادہ پسندیدہ

متی ۶ : ۲۶ ’’ ہوا کے پرندوں کو دیکھو کہ نہ بوتے ہیں نہ کاٹتے نہ کوٹھیوں میں جمع کرتے ہیں تو بھی تمہارا آسمانی باپ اُنکو کھلاتا ہے کیا تم اُن سے زیادہ قدر نہیں رکھتے؟

کوئی بھی پرندہ یا کوئی بھی جانور یسوع مسیح کی میراث میں شریک نہیں ہے ۔ کوئی بھی پرندہ مجسم خُدا کے سبب سے نجات نہیں پاتا۔ پس اگر خُدا اُن کی فکر کرتا ہے اور اُن کو قائم رکھتا ہے تو کیا تم نہیں جانتے کہ وہ تمہاری فکر بھی کرے گا؟

خُدا کی قدر کا نظام

’’ اِس لیے میں تُم سے کہتا ہوں کہ اپنی جان کی فکر نہ کرنا کہ ہم کیا کھائے گے یا کیا پیئے گے ؟ اور نہ اپنے بدن کی کہ کیا پہنے گے؟ کیا جان خوراک سے اور بدن پوشاک سے بڑھ کر ہیں۔‘‘ (متی ۶ : ۲۵)

بُہت سارے لوگ آج زندگی کی قدر کو اُن چیزوں سے ماپتے ہیں جو اُن کے اِردگرد ہیں لیکن وہ چیزیں فریب ہیں اُن کی دائمی قدر یا اہمیت نہیں ہے بلکہ وہ فطری طور پر بھی عارضی ہیں۔ ہر وہ چیز جو ہمارے پاس ہے لمحے میں جا سکتی ہے۔ مزید برآں وہ چیزیں جو روپے پیسے سے حاصل کر سکتے ہیں اُن کے مقابلے میں کم اہمیت ہے جو ہم اِس کے بغیر حاصل کر سکتے ہیں ۔ خاندان ، پیار، دوست اور خُوبیاں جیسے کہ دیانتداری ، ایمانداری ، مہربانی ، رحم، تحمل ، ایمانداری اور اُلفت یہ چیزیں ہمارے لیے پیسے سے خریدی ہوئی چیزوں سے نہیں زیادہ اہم ہیں ۔ زندگی چیزیں نہیں ہیں ۔

ہمیں چیزوں کو اجازت نہیں دینی چاہیے کہ وہ ہمارے خیالوں یا ہماری خواہشوں پر قبضہ کریں۔

[1] http://christianlives.org/sermons/ANXIETY86.doc

خُدا کی قدر کا نظام

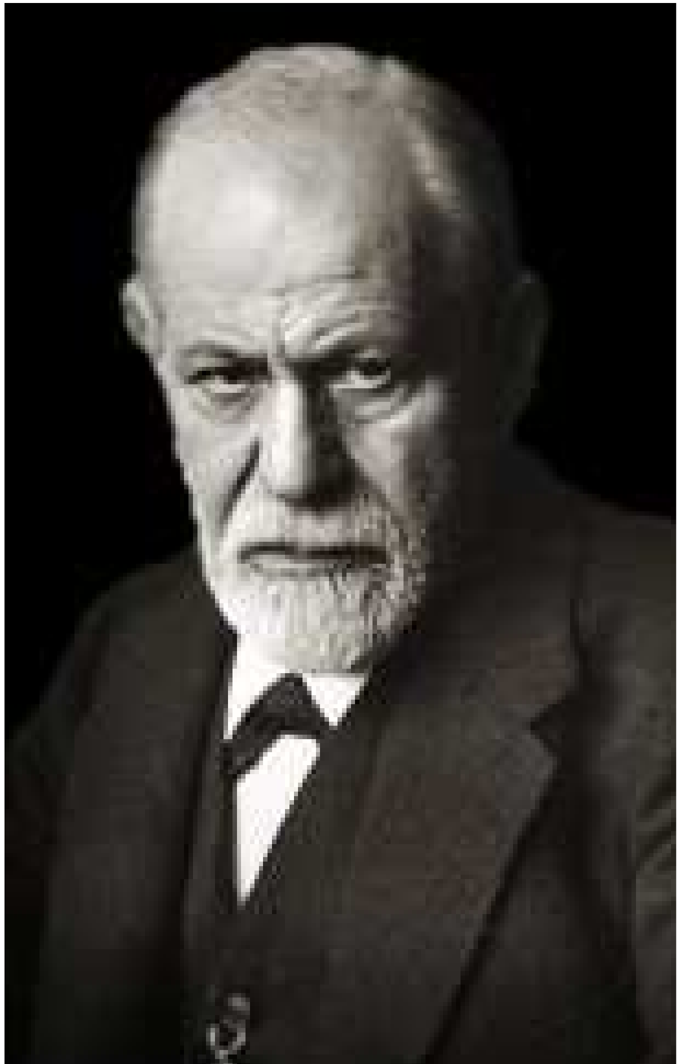


اگر آپ کے پاس خُدا کی قدر کا نظام ہے تو آپ کبھی مادہ پرستی کی مشورت کو تلاش نہیں کرینگے ۔(ایک ایسی مشورت جس کی بنیاد نفسیات پر ہے۔)
زبور ۱ : ۱ '' مبارک ہے وہ آدمی جو شریروں کی صلاح پر نہیں چلتا اور خطاکاروں کی راہ میں کھڑا نہیں ہوتا۔'' ایوب کہتا ہے کہ خُدا '' کی اپنی مشورت اور سمجھ ہے۔'' (ایوب ۱۲ : ۱۳)
یسوع کو '' عجیب مشیر '' کہا گیا (یسعیاہ ۹ : ۶)
اور یسوع نے کہا کہ روح القدس جو ہم میں سکونت کرتا ہے، '' اور میں باپ سے درخواست کرونگا تو وہ تمہیں دوسرا مددگار بخشیگا کہ ابد تک تمہارے ساتھ رہے۔'' (یوحنا ۱۴ : ۱۶)

خُدا کی قدر کا نظام

کُچھ لوگ کوشش کرتے اور مسیحی مشورت اور نفسیات
کے لیے وہ بُہت ہی مشہور آدمیوں کی پیروی کرتے ہیں۔
جن کے نظریات نے جدید نفسیات کو بنیادیں رکھی۔
فروڈ مسیحیت کے مخالف تھا اور سوچتا تھا کہ تمام مذہبی
عقائد فریب ہیں اور مذہب ایک کائناتی نظام کو انسانیت
کے ذریعے قابو کرتا ہے ۔ اُس نے یہ نظریہ بھی پیش کیا
کہ مذہب ذہنی مسائل کا ذریعہ ہے اور اُس نے سارے
نظریات اپنی غیر معبودی حالت میں لکھے۔

[1] SOURCE: http://www.psychoheresy-aware.org/jungleg.html



Sigmund Freud (1856–1939)

خُدا کی قدر کا نظام

فروڈ اور جنگ کے درمیان ایک نااتفاقی کا حصہ اِس بات کا نتیجہ تھا کہ جنگ کی دلچسپی اور وابستگی مذہب کے ساتھ تھی جِس کو فروڈ غیر سائنسی سمجھتا تھا۔
جنگ گہرے طور پہ عقیدے نمیں تھا اور اُس کی ملاقات مافوقوالفطرت ارواح سے روزانہ ہوتی تھی جس کو وہ آر کے ٹائپس کہتا تھا۔ جو کُچھ اُس نے لکھا اُس میں سے زیادہ تر اِسی سے متاثرہ تھا۔ جنگ کی ایک اپنی مشہور سوچ تھی جس کو وہ فلیمون کی سوچ کہتا تھا جس کے لیے اُس نے لکھا کہ ’’ میں اُس کی روح کے ساتھ باغ میں اُوپر نیچے گیا اور میرے لیے وہ ایسے ہی تھا جیسے ہندوستانی لوگ گرو کے لیے کہتے ہیں۔‘‘
وکی پیڈیا ۔ سگمنڈ فروڈ


Carl Jung
(1875–1961)

1 Wikipedia – Sigmund Freud
2 SOURCE: http://www.psychoheresy-aware.org
3 **جنگ، یادیں ، خواب ، خیالات**

خُدا کی قدر کا نظام

انسانی نفسیات نے اِس نسل میں خودی کے تصور کے لیے ایک بڑا کردار ادا کیا ہے اور اِس کی ترقی ابراہام ماسلو اور کارل راجرز جیسے لوگوں نے کی ہے ۔ماسلو انسانی ترقی کا ذریعہ جس میں اُس نے انسانیت کی ضرورت کے لیے لِکھا یسوع مسیح کے پہاڑی واعظ کے بالکل برعکس ہے۔ یسوع مسیح نے اُس بات کے لیے کہا کہ غیر قومیں اِس بات کی تلاش میں رہتی ہیں کہ ہم کیا کھائے گے اور کیا پیئے گے ۔لیکن یسوع نے کہا

’’ پہلے تم آسمان کی بادشاہی اور اُس کی راستبازی کی تلاش کرو تو یہ تمام چیزیں تمہیں مِل جائے گی۔‘‘ (متی ۶ : ۳۳)

[1] http://procinwarn.com/building.htm

خُدا کی قدر کا نظام

اور یسوع نے کہا کہ روح القدس ہمارا مددگار ہو گا جو ہمارے اندر اطمینان رکھنے کے قابل ہے اور ہمارے دل تکلیف زدہ نہیں ہونگے۔ (ہمارے اندر فکر مندی نہیں ہونی چاہیے)

’’ لیکن مددگار یعنی روح القدس جِسے باپ میرے نام سے بھیجگا وہی تمہیں سب باتیں سکھائیگا اور جو کُچھ میں نے تم سے کہا ہے وہ سب تمہیں یاد دلائیگا۔ میں تمہیں اطمینان دیئے جاتا ہوں ۔اپنا اطمینان تمہیں دیتا ہوں جس طرح دنیا دیتی ہے میں تمہیں اُس طرح نہیں دیتا ۔تمہارا دل نہ گھبرائے اور نہ ڈرے۔‘‘ (یوحنا ۱۴ : ۲۶ ۔۲۷)

پس اگر آپ کو مشورت کی ضرورت بھی ہے تو دُعا یا کلام کے وسیلہ یا کسی ایسے خادم کے وسیلہ سے جو روح القدس سے معمور ہو خُداوند کا چہرہ دیکھیے جو آپ کو بائبل کے اُصولوں کے مطابق نصیحت کرے نہ کہ انسانی نفسیات کے ذریعے ۔

خُدا کی قدر کا نظام

کس طرح سے یہ خُدا کی قدر کا نظام اِن تین دباؤ کے وقتوں
میں لاگو ہوتا ہے جِس کی مثالیں ہمیں یسوع نے دیں؟

خوراک (بنیادی ضرورتیں)

کپڑے (فیشن)

زندگی (صحت)

الف۔ (بنیادی ضرورتیں)

خُدا کی قدر کا نظام یہ سمجھاتا ہے کہ خُدا ہمارا باپ ہے اور وہ ہمیں مہیا کرے گا:
ہمیں پریشان نہیں ہونا چاہیے کیونکہ زندگی چیزوں سے زیادہ بڑھ کر ہے۔ وہ لوگوں کو
کہتا ہے جب وہ خوراک کپڑوں اور لمبی زندگی کے لیے پریشان ہوتے ہیں اور اُنھیں یاد
دلاتا ہے کہ زندگی خوراک سے زیادہ اہم ہے اور بدن کپڑوں سے زیادہ
مزید برآں، ہم فکر کرکے اپنی زندگی کا ایک دن بھی نہیں بڑھا سکتے دوسرے لفظوں
میں فکر بیکار ہے کیونکہ زندگی جسمانی یا مادی چیزوں سے بڑھ کر ہے ۔زندگی کی
ایک دائمی وُسعت ہے جو کہ ہم سے آگے ہے۔

[1] http://christianlives.org/sermons/ANXIETY86.doc.

(ب) فیشن

خُدا کی قدر کا نظام ہمیں سمجھاتا ہے کہ فیشن ایبل کپڑے نہیں بلکہ ایک کردار ہے جو حقیقی خوبصورتی لاتا ہے۔

۱۔ پطرس ۳ : ۳۔ ۵ ’’ اور تمہارا سنگار ظاہری نہ ہو یعنی سرگوندھنا اور سونے کے زیور اور طرح طرح کے کپڑے پہننا بلکہ تمہاری باطنی اور پوشیدہ انسانیت حلم اور مزاج کی عزت کی غیر فانی آرایش سے آراستہ رہے۔ کیونکہ خُدا کے نزدیک اِسکی بڑی قدر ہے اور اگلے زمانہ میں بھی خُدا پر اُمید رکھنے والی مقدس عورتیں اپنے آپ کو اِسی طرح سنوارتی اور اپنے اپنے شوہر کے تابع رہتی تھیں۔‘‘

جبکہ ہم اپنی بُہت ساری کوشش کو بھلا نظر آنے پر دیتے ہیں یسوع مسیح دکھاتے ہیں کہ میدان کے عام پھول جن کو خُدا نے لباس پہنایا ہے اُن کے پاس بغیر کسی کوشش کے خوبصورتی ہے۔

یسوع نے کہا کہ امیرترین بادشاہ سلیمان کے پاس بھی اِن جنگلی پھولوں کی طرح کا سادہ لباس نہیں تھا۔ خُدا بھی جو اِس پھول کو خُوبصورتی عطا کرتا ہے اپنے بچوں کو ضروری لباس پہنائے گا۔ پس ہم کیوں اِس قسم کے نتائج کے لیے توانائی اور کوشش لگاتے ہیں؟ یسوع مسیح سکھاتے ہیں کہ ہماری کوشش پہلی ترجیح آسمان کی بادشاہی کی تلاش ہونی چاہیے۔



(ج) صحت اور طویل عمری

سوال : کیا ورزش اور صحت مند خوراک بیکار اور وقت کا ضیاع ہے؟
جواب : نہیں پوُلس فلپیوں ۳ : ۱۹ میں اُن کے بارے میں بات کرتا ہے ’’ جن کا پیٹ اُن کا خُدا ہے ۔‘‘ اور بائبل لالچ کے لیے تنبیہ کرتی ہے ۔ روزہ بائبل کے مطابق ایک پاکیزہ ریاضت ہے ۔ یہ بھی ورزش میں ایک اہمیت رکھتی ہے۔ (اس موجودہ زندگی میں)
۱۔ تمتھیس ۴ : ۷۔ ۸ ’’ لیکن بیہودہ اور بُوڑھیوں کی سی کہانیوں سے کنارہ کر اور دینداری کے لیے ریاضت کر کیونکہ جسمانی ریاضت کا فائدہ کم ہے لیکن دینداری آئیندہ کی زندگی کا وعدہ بھی اِسی کے لیے ہے۔‘‘
لیکن دینداری کی ریاضت اِس بات کی پہچان رکھتی ہے کہ آپ روزانہ کِسی دائرے کے گرد دوڑ کر خُدا کو لمبی زندگی کے لیے مجبور نہیں کر رہے ۔ خُدا نے آپ کی عمر کی لمبائی ٹھہرا دی ہے اور وہ آپ کو ایسی ہی لمبی زندگی دے گا جو اُس کے مقصد کے لیے ٹھیک ہے۔

۳۔ ایک دن میں ایک دفعہ



اِس بات کیساتھ زندہ نہ رہیں کہ دنیا میں ’’ کیا ہو گا ‘‘
کیا ہو گا اگر یہ واقعہ یا وہ واقعہ ہو جائے؟

کیا ہو گا اگر یہ واقعہ نہ ہو ۔ اگر ہو بھی جاتا ہے تو آپ اِس کو حل کر سکتے ہیں یسوع نے فرمایا کہ ’’ آج کے لیے آج ہی کا دُکھ کافی ہے۔‘‘ (متی ۶ : ۳۴)

۳۔ ایک دن میں ایک دفعہ

’’ ہم آسانی کے ساتھ کِسی بھی بات کو حل کر لیں گئے اگر وہ اُس دن کی ہے یعنی اُسی دن کا بوجھ ہے ۔لیکن وہ بوجھ ہمیں زیادہ وزنی لگے گا اگر اُس میں کل کے دن کا بوجھ بھی شامل ہو اور پھر اُس میں ہم آنے والے دن کا بوجھ بھی شامل کر لیں۔‘‘ (جان نیوٹن)
رابرٹ جانسن بردت نے کہا ’’ ہفتے میں دو دن ایسے ہیں جن کے بارے یا ج پر میں کبھی فکر مند نہیں ہوتا وہ ہے گزرا ہوا کل اور آنے والا کل۔‘‘

انتخاب آپ کا اپنا ہے ہم اُن تکلیفوں کو جو کل آنی ہیں اُدھار منتخب کر سکتے ہیں اور ایک ایسی زندگی گزار سکتے ہیں جس میں خُدا نہیں ہے یا پھر ہم ایمان لا سکتے اور پورے دل سے اُسے تلاش کر سکتے ہیں۔

۳۔ ایک دن میں ایک دفعہ

یسوع ہمیں بتاتا ہے کہ ہمیں پریشان نہیں ہونا چاہیے کیونکہ ہم ایک دن میں ایک بار ہی رہتے ہیں دوسرے لفظوں میں ہم صرف حال ہی میں زندہ رہ سکتے ہیں یعنی آج ہی اِس کو بڑا واضح ہونا چاہیے ۔ہم جانتے ہیں کہ کل آرہا ہے اور ہمیں اُس کی فکر کل کرنی ہے۔
یسوع نے کہا ، ’’ اے محنت اُٹھانے والو اور بوجھ سے دبے ہوئے لوگو سب میرے پاس آؤ میں تمکو آرام دونگا میرا جوا اپنے اُوپر اُٹھا لو اور مجھ سے سیکھوکیونکہ میں حلیم ہوں اور دِل کا فروتن ۔تو تمہاری جانیں آرام پائینگی۔ کیونکہ میرا جوا ملائم ہے اور میرا بوجھ ہلکا۔‘‘ (متی ۱۱ : ۲۸۔۳۰)

آج کے ساتھ جینے میں مستقل مزاج ہو جائیے۔کل کے لیے خُداوند پر چھوڑ دیجیے۔

میں اپنا اطمینان تمہیں دیتا ہوں

یسوع نے یہ بھی کہا '' میں نے تم سے یہ باتیں اِس لیے کہیں کہ تم مجھ میں اطمینان پاؤ۔ دنیا میں مصیبت اُٹھاتے ہو لیکن خاطر جمع رکھو میں دنیا پر غالب آیا ہوں۔'' (یوحنا ۱۶ : ۳۳)

'' میں تمہیں اطمینان دیئے جاتا ہوں ۔ اپنا اطمینان تمہیں دیتا ہوں۔ جس طرح دنیا دیتی ہے میں تمہیں اُس طرح نہیں دیتا ۔ تمہارا دل نہ گھبرائے اور نہ ڈرے ۔'' (یوحنا ۱۴ : ۲۷)

یسوع نے دنیا کی طرح اطمینان نہیں دیا کیونکہ وہ '' سلامتی کا شہزادہ ہے۔'' (یسعیاہ ۹ : ۶)

حقیقی اطمینان اُس میں سے آتا ہے ۔ اُس کے بغیر نہیں اِس کا انحصار آپ کے بیرونی حالات پر نہیں ہے ۔ آپ کے پاس یسوع کا حقیقی اطمینان مشکل اور پریشانی میں بھی ہو سکتا ہے۔



مصنف : گیون پینٹر

۔ مزید خدمت کے لیے اِس سائٹ کو ڈاؤن لوڈ کیجیے ۔

- http://www.agfbenoni.co.za/ministry-archives.aspx

۔ گیون پینٹر کی سائٹ کے لیے مزید منسٹری کو ڈاؤن لوڈ کیجیے ۔

http://www.agfbenoni.co.za/ministry-archives.aspx?speaker=Gavin%20Paynter